

2 Genitorialità e COVID-19

Essere positivi

E' dura essere positivi quando i nostri figli ci stanno facendo impazzire! Spesso quello che diciamo è: "Smettila!", ma in realtà è più probabile che ci ascoltino se sottolineiamo anche i loro pregi.

Spiega che cosa vorresti da loro

Usa frasi affermative per educare i tuoi figli. Ad esempio: "Per favore riordina i vestiti" invece che "Non fare disordine!"

Tutto sta nel modo

Gridare contro i tuoi figli non farà altro che rendere sia te sia loro arrabbiati. Cerca la loro attenzione chiamandoli per nome e usando un tono di voce calmo.

Loda i tuoi figli quando si comportano bene

Prova a lodare i tuoi figli quando fanno qualcosa bene. Potrebbero sembrarti indifferenti alle tue lodi, ma vedrai che faranno di nuovo quella cosa in modo corretto. Inoltre, si sentiranno visti.



Solo richieste verosimili!

Assicurati che i tuoi figli possano veramente fare quello che chiedi, ad esempio, è davvero difficile che un/una bambino/a piccolo/a riesca a stare tranquillo/a per una giornata intera ma magari ci può riuscire per 15 minuti mentre fai una telefonata di lavoro.

Aiuta i figli adolescenti a comunicare

Gli adolescenti hanno molto bisogno di stare in contatto con i loro amici. In questo periodo è importante che lo facciano in modo sicuro, senza uscire di casa. Quindi ben vengano le chat e i social network.



For more information click below links:

Parenting tips
from WHO

Parenting tips
from UNICEF

In worldwide
languages

EVIDENCE-BASE



The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.